

激光针刀为什么能够治疗颈肩腰腿痛？



激光针刀是介于手术治疗和保守治疗之间的一种微创治疗。其将氩—氦激光的外照射变为内照射,将激光借光纤针直接输入到病变部位, 相当于西医的介入治疗,疗效得到临床的验证。

由于其设备简单、费用低廉、操作易于掌握,可在门诊治疗,也可住院进行治疗,加之效果好、创伤小、无并发症、患者痛苦少,上至 90 岁老人下至 5 岁儿童均能接受,深受医患双方欢迎。郑州中医骨伤病医院开展了此项疗法,为广大颈、肩、腰、腿痛患者解除了痛苦。

下面将叙述激光针刀在治疗颈、肩、腰、腿痛中的临床应用。

治疗原理

激光针刀是利用激光的生物效应和针刀的微创手术效应的共同作用。它具有三大效应:一是与机体的生物效应,二是作用于机体的累积效应,三是对机体的抛物线效应。其中,生物效应对机体有以下作用:消炎,促进组织再生,增强机体免疫力,减少瘢痕。

激光针刀的手术效应

针刀在体内治疗的过程中,可起到对组织的分离、松解作用,即达到一种小型闭合性外科手术效果。

针刀对慢性软组织损伤和骨质增生的治疗效应是基于生物力学的动态平衡学说。软组织受损伤后,包括外力直接作用和附带作用损伤,可引起肌肉纤维、微血

管、韧带、肌腱等组织的撕裂和出血。人体在进行修复的过程中会发生粘连和结疤,使肌肉、韧带、筋膜、腱鞘、滑囊等组织器官原有位置和运动时的方向发生改变,破坏了原有的静态和动态平衡,从而引起疼痛和功能障碍。

针刀利用手术效应,剥离粘连,松解组织,再配合氩—氦激光的内照射,可使机体恢复原有状态,重新达到动静态平衡。同时,由于解除粘连,使局部血液循环重新恢复,降低局部致痛物质的浓度,增加内啡肽的释放,使疼痛症状迅速缓解,在促进水肿消散,增加关节活动度方面疗效显著,故对颈腰椎疾病、股骨头坏死、骨髓炎、强直性脊柱炎等有特殊的疗效。

激光针刀治疗骨质增生时利用手术效应,对骨刺的尖端磨切并非主要,而是将重点放在对紧张的肌腱或韧带那个软组织损伤上,可用针刀将其松解,缓冲压力,同时配合氩—氦激光消除炎症,使两者重新达到新的动静态平衡。这样,经过一段时间之后,骨刺将自己吸收,所以对骨性关节炎等疗效确切。

治疗与疗效

一、治疗方法:根据病变部位选择坐位或卧位以暴露施术部位,明确病变部位的深浅、层次、组织,了解该处组织的血管、神经的解剖关系。明确诊断后,在病变的体表部位标记作为进针点,局部聚维酮碘皮肤消毒,2%利多卡因局部麻醉,一次性针刀快速进入皮内,将病变及卡压粘连组织分离,点刺提插,手感无阻滞即出针。而后,将一次性激光针刀顺原针眼插进照射总量 30 分钟即可。出针后,用真空罐拔出瘀血并用无菌棉签擦拭干净,创可贴外敷,24 小时内不沾水,24 小时后即可去掉外敷创可贴。72 小时后,如针眼疼痛可手法按摩。7~10 天后,做第二次治疗,一般 3~5 次治愈。股骨头坏死、强直性脊柱炎要治疗 20 次,大约一年时间才可治愈。

二、治疗效果:据资料统计,激光针刀在临床治疗颈、肩、腰、腿痛的有效率在 98%以上,痊愈率在 80%左右。激光针刀在治疗软组织损伤、骨质增生、腱鞘炎、肩周炎、颈腰椎间盘突出、脊髓型颈椎病、股骨头坏死、强直性脊柱炎等方面,均收到良好的疗效。

郑州中医骨伤病医院

地址:河南省郑州市航海东路经开第一大街
电话:0371-66728288 66728388 66728758
网址:www.gushangbing.com
乘车路线:火车站乘 33 路、B17 路,市内乘 46 路、59 路、129 路、727 路公交车至开发区管委会下

邮编:450016
传真:0371-66728358
E-mail:help@guoyongchang.com

谈谈膝关节骨性关节炎

武警河南总队医院骨科 张田

膝关节骨性关节炎又称膝关节骨关节病、退行性关节炎、增生性关节炎、肥大性关节炎、老年性关节炎,老百姓俗称为膝关节长骨刺、膝关节骨质增生等,是中老年人常见、多发的一种慢性疾病。在我国,约有 4 亿人患有该病。随着人口老龄化,该病的发病率越来越高,严重影响了中老年人的生活质量。

1 膝关节骨性关节炎, 痛在关节, 病在软骨, 病根是软骨的病变。

在膝关节的周围是关节囊,关节囊有稳定关节的作用,它像一个扎着口的布袋一样,是密闭的,内衬关节滑膜,分泌关节液,润滑营养软骨。在关节的骨性表面,覆盖的是关节软骨,就像墙壁的表面覆盖着一层灰一样。这层软骨并不厚,但很结实,外层有网状的胶原纤维裹着,里面有蛋白多糖撑着,两种物质组成了有弹性的胶原固体,可以缓冲压力,保护关节不被破坏。在经历了几十年的磨损,加上人体的自然退化,以及体重过重、外伤、疾病、激素的调节紊乱、遗传等因素的影响,这层关节软骨极易被破坏、变性,引起软骨硬化,导致关节边缘和软骨下骨反应性增生,也就是大家所说的骨刺。

2 骨骼是不断进行新陈代谢的组织, 破骨和成骨过程保持着动态平衡。进入老年期后,骨的破坏速度渐渐大于生长速度。因此,老年人普遍会发生骨质疏松、骨的硬度和韧度下降,支撑、负重和活动等功能下降。为此,机体便自动代偿,以数量多来弥补质量的下降。于是,靠近关节处骨质边缘会出现骨质增生。此外,由于长期磨损,光滑的关节软骨逐渐退化,发生龟裂,甚至剥脱,其深面的骨质自动增生,但这种代偿性增生不但起不到好的作用,相反会刺激、磨损关节面和关节周围的软组织,造成疼痛、功能障碍、关节畸形等。这种磨损

3 膝关节骨性关节炎的典型症状是关节疼痛、肿胀、麻木、变形,以及活动受限。早期骨性关节炎只是关节不适、弹响、酸痛、活动不灵活等。早期一般会出现关节僵硬、发紧等症状,开始活动时症状加重,活动一段时间后症状反而减轻,但活动多时又加重,休息后疼痛缓解。晚期多表现为关节持续疼痛,并且疼痛加重,导致关节活动受限,肿胀明显,关节内有积液,甚至出现关节各种畸形、异响、绞索动弹不得。

和增生更多见于膝关节、髋关节、腰椎间关节。

人到老年,几乎人人会发生骨质增生。骨质增生并不都会引起症状,也不一定都需要治疗。骨质增生形成骨赘、骨刺才会压迫周围组织,影响局部血液循环,使局部的组织充血、水肿、粘连,产生无菌性炎症,并引起疼痛等症状。

长期的临床对照观察发现, 骨刺的大小并不与疼痛的程度成正比。有的人骨刺多而粗大,却如同正常人一样工作生活,没有或小有不适。有的人症状很厉害,但 X 线片上显示的骨刺并不大。关键是骨刺是否妨碍了关节的活动,是否压迫了关节周围的软组织,包括血管神经。

膝关节骨性关节炎的治疗需要一个过程,不同的阶段有不同的治疗方法,有些甚至不需要吃药仅仅通过正确的锻炼、改变不当的生活习惯及运动方法,就能达到缓解疼痛,保护关节的目的。

武警河南总队医院骨科对于膝关节骨性关节炎的治疗有一套科学、完善的治疗体系,不仅有关节的健康教育课程,同还有关节疾病的保守治疗、关节镜微创治疗、关节表面置换治疗等治疗措施,确保为每一位膝关节骨性关节炎的患者提供最科学合理的疗法。

专家介绍



张田:武警河南总队医院骨科副主任、副主任医师,是河南省手外科专业委员会委员、郑州市医学运动专业委员会委员。擅长关节镜微创治疗、膝关节置换、髋骨节置换、四肢创伤治疗。
地址:河南省郑州市康复中街 1 号武警河南总队医院
乘车路线:乘 201 路、57 路、222 路、213 路至武警河南总队医院站下车

武警河南总队医院:为方便参合农民朋友就医和报销,我院已与郑州、许昌、信阳、南阳、商丘、洛阳、濮阳、平顶山、漯河市 9 个地市签订了直补协议,这 9 个地市的参合农民来我院就医,出院时可享受新农合直接报销待遇。武警河南总队医院将为您提供便捷、优质、高效的服务!

早餐吃热的好



早餐是一天中的第一顿饭,对身体健康起着十分重要的作用。有很多人为了节约时间,每天顾不上吃早餐,或者干脆从冰箱里拿瓶冰牛奶喝掉草草解决,往往来不及将食物加热。

早餐所提供的营养素很难由午餐或晚餐来补充。早晨时分,夜间阴气未除,大地温度尚未回

升,体内的肌肉、神经及血管都还呈现收缩的状态,假如这时候吃喝冰冷的食物,必定使体内各个系统更加挛缩,血流更加不顺,时间久了会降低人的免疫力。很多白领丽人早餐就喝蔬果汁,虽说蔬果汁可以提供蔬果中直接的营养及清理体内废物,但大家忽略了关键点,那就是人的体内永远喜欢温暖的环境,身体温暖,微循环才会正常,氧气、营养及废物等的运送才会顺畅。

所以吃早餐时,千万不要先喝蔬果汁、冰咖啡、冰果汁、冰牛奶等等,这样做短时间内也许您不觉得身体有什么不舒服,但时间久了就会影响身体健康。

(张东明)

宝宝腹胀的正确护理

一、父母应尽量避免宝宝哭泣。宝宝哭的时候很容易胀气,遇到这种情况,爸爸妈妈应该多给予安慰,多抱抱宝宝,通过调整宝宝的情绪来避免胀气。

二、避免宝宝太饿后才喂奶。宝宝饿的时间太长,吸吮时就会过于急促而吞入大量的空气。所以,要按时给宝宝喂奶,并且在喂奶后为宝宝拍背,促使宝宝适当排气。

三、给宝宝进行腹部按摩。这样做有助于宝宝的肠胃蠕动和气体排出,改善宝宝的消化吸收情况。



四、喂奶时要注意细节。应当注意让奶水充满奶瓶嘴的前端,不要有斜面,避免让宝宝吸入空气。

五、尽量少让宝宝食用甘薯、苹果等容易在消化道内发酵并产生气体的食物。

(李轩莹)

合理选用解热镇痛药

病人应根据指征、机体状况及药物的适应症、禁忌症等综合因素考虑选药。

一、一般以疗效确切、毒性低、价格较便宜的药物如阿司匹林及其复方制剂为首选药,次之选用对乙酰氨基酚、布洛芬及其复方制剂等。解热药应用不超过 3 天,镇痛药应用不超过 5 天。

二、对于长期高热的疾病,如血

吸虫病、伤寒、晚期癌症,可考虑应用吲哚美辛栓剂。

三、儿科用药最好仅限阿司匹林、对乙酰氨基酚、布洛芬及其复方制剂。

四、妊娠妇女应慎用解热镇痛药,最好选用对乙酰氨基酚。

五、含氨基比林、非那西汀的一些复方制剂如去痛片最好不用,该药已趋于淘汰。

秋干物燥鼻先知



入秋以来,气候日趋干燥,五官科门诊的病人也随之增多。他们多以鼻塞、鼻腔干燥不适为主诉。检查发现,多数人的鼻黏膜干燥、萎缩,鼻腔宽大,鼻道内有黄绿色脓稠鼻涕滞留或有黑褐色鼻痂。中医诊断为“鼻燥”,类似于西医的萎缩性鼻炎。此病多发生于寒冷、干燥的环境,症状在秋冬季

节比春夏季节为重。

究其病因,既有肺、脾、肾虚损导致的正气不足,也有外邪为患,多为燥热邪毒侵袭,以致伤津耗液,鼻失滋养,加之邪灼黏膜,发生脉络瘀阻,黏膜干枯萎缩而为病。秋令属金,其性燥,易伤肺,且多从口鼻而入,故在上之鼻先受之。

对于此症,中医治疗上讲究“燥则润之”,可用清燥救肺汤加减治疗。取桑叶 10 克、枇杷叶 12 克、杏仁 12 克、麦门冬 15 克、火麻仁 15 克、石膏 15 克,水煎服。若鼻干灼热疼痛较甚,可加黄芩 12 克、菊花 12 克;鼻腔黏膜萎缩甚者,加沙参 15 克、何首乌 15 克、当归 10 克;鼻衄者,加白茅根 15 克、旱莲草 15 克。

(张艾敬)

缓解干燥症 常喝菊花枸杞茶

中医认为燥是秋天的主气。燥气易伤津液,如导致口鼻干燥、皮肤燥痒等。秋天,常饮菊花枸杞茶具有一定的缓解秋燥的作用。用杭白菊、枸杞子各 10 克,放入大茶壶内,加入热开水,10 分钟后便可饮用。

常喝菊花枸杞茶可以起到很好的

滋肾润肺、清肝明目、除燥解毒的作用。现代医学证明,菊花对现代人的高血脂、高血压等慢性疾病和亚健康状态有一定的调理作用。但是,菊花枸杞茶虽好,也不是所有人都适合饮用,正在感冒发热、身体有炎症、腹泻的人最好别喝。

(王展)

秋季抑郁症多发

秋季气温降低,万物肃杀,人的精神也易疲惫,因而秋季是抑郁症的多发期。

除了通过药物治疗和心理疏导外,针灸治疗抑郁症的效果也不错。针灸通过经络调理来调节人的神经功能,一个疗程 10 天,一般 2~3 个疗程即可康复。专家介绍了以下两组针灸治疗抑郁症的穴位。

第一组穴位:五脏俞加膈俞,即心俞、肺俞、脾俞、肝俞、肾俞及膈俞。选用五脏俞加膈俞,起到静心安神、补养健脾、平肝理气、活血化瘀的作用,而使五脏气机调和,脏腑功能趋于正常。

第二组穴位:神庭、百会、安眠、神门、三阴交。如果患者的情绪不稳或低



沉郁闷,可加合谷、太冲穴;如果患者感到腹中有气上下窜动或腹胀,加气海、中脘、内关、璇玑以行气、宽胸、止胀。

在治疗中,这两组穴位可以交替使用,起到平心清脑、安神定志的作用。如果患者同时伴有其他症状,也可以加选其他相应的穴位治疗。

(曹健 张钦)

十招让你远离失眠症



一、按时上床。坚持按自己习惯的时间上床睡觉,机体在此期间会反应性地要求休息,周末和休息日也应如此。

二、保持卧室空气流通和适宜温度。好的环境有助于快速入睡,气温以 18~20 摄氏度最佳,干燥天气应在地板上洒些水。

三、坚持睡前的习惯性活动。睡前应进行你习惯的某些活动,如喝牛奶、洗澡、写日记或听一会儿音乐。

四、晚上尽量少吃难消化、油腻或刺激性的食物,睡前两小时不可喝含酒精或咖啡因的饮料。

五、睡前不能进行剧烈运动,如果你有傍晚或晚上锻炼的习惯,要在睡前 4 小时进行。

六、不要带着问题上床,如果真有什么一时解决不了的问题,可用笔记下来,留到第二天再想。

七、睡前不要用脑过度,苦思冥想会使大脑兴奋异常而难以安静。

八、睡前洗个热水澡,会使你感到更舒适并有利于身体保健。

九、睡前活动应与白天的主要活动相反,如体力劳动者睡前应看点书报或听些音乐,脑力劳动者则可进行些轻微的体力活动如散步、做操等。

十、上床即睡,如无睡意最好不要恋床,起来干点事,待有睡意时再上床睡觉。

(杨文超)

孕妇慎用解热镇痛药 阿司匹林

阿司匹林是最常见的解热镇痛药,但孕妇要谨慎应用。因为,妊娠初期服用它,胎儿畸形率可增高;妊娠中期服用,易引起死胎,或导致新生儿体重减轻和肝脏损害;妊娠末期服用时,可引起新生儿的溶血和出血倾向。